

PROGRAMME DES ACTIVITES DE L'ASAN: ANNEE 2012

MOIS	DATE	LIEU	TYPE	N° JOURS	DIFFICULTE	REGION
FEVRIER	19/02/2012	SOURCE des CASCADES D'IMMOUZAR	PEDESTRE	1 JOUR	FACILE	AGADIR
MARS	03-04/03/2012	IDA OUMOUMEN	VTT+RANDO	2 JOURS	MOYENNE	TAROUDANT
MARS	10-11/03/2012	TARGA N TOUCHKA-AGNI IZAKARN	PEDESTRE	2 JOURS	DIFICILE	AIT BAHA
MARS	16-17/03/2012	AIT RKHA	SPELEO	2 JOURS	EXPLORATION	TIZNIT
MARS	25/03/2012	AGADIR OUAONZIZEN	PEDESTRE	1 JOUR	FACILE	LAMNIZLA
AVRIL	07-08/4/2012	TAGMOUT	FAMILIALE	2 JOURS	FACILE	TATA
AVRIL	21-22/04/2012	TIZI N'TAST	VTT	2 JOURS	DIFFICILE	TAROUDANT
MAI	4-5-6/05/2012	SOMMET SIROUA via TIZGUI	PEDESTRE	3 JOURS	DIFFICILE	TALIOUINE
MAI	20/05/2012	IMI IMIKI-TAGHAZOUT	VTT	1 JOUR	MOYENNE	IDAOUTANANE
JUIN	02/06/2012	JOURNEE PORTES OUVERTES		1 JOUR		AGADIR
JUIN	10/06/2012	TAGHAZOUT - MADRAGUE	RANDO-PALMEE	1 JOUR	NAGEURS CONFIRMES	TAGHAZOUT
JUIN	17/06/2012	MADRAGUE	APNEE	1 JOUR	NAGEURS CONFIRMES	TAGHAZOUT
JUIN	24/06/2012	BAPTEME PLONGEE	PLONGEE	1 JOUR	DEBUTANTS	AGADIR
JUIN	25/06/2012	SORTIE WINTIMDOUINE	SPELEO	1 JOUR	TOUT LE MONDE	IMMOUZER
JUIN	30/06/2012 au 07/07/2012	KHENIFRA - IMELCHIL	VTT	7 JOURS	DIFFICILE	MOYEN ATLAS
JUILLET	06-07-08/07/2012	LAAZIB N' TAMSOUKT (région Toubkal)	FAMILIALE	3 JOURS	MOYENNE	HAUT ATLAS
AOUT	25/08/2012	LAC IFNI – TOUBKAL - IJOUKAK	PEDESTRE	7 JOURS	DIFFICILE	HAUT ATLAS
OCTOBRE	6-7/10/2012	IMMOUZER-AGHROUD	VTT	2 JOURS	MOYENNE	IMMOUZER
NOVEMBRE	10/11/2012	PARTICIPATION AU TRIATHLON 2012	TRIATHLON	1 JOUR		AGADIR
NOVEMBRE	17-18/11/2012	GORGES ASSADS	PEDESTRE	2 JOURS	MOYENNE	TAROUDANT

NB:

- Les entrainements VTT se font chaque samedi matin.
- les entrainements natation se font 2 fois par semaine à 6h30 du matin a partir du 15 mai.
- Introduction cette année de "la marche sportive" (hors programme) c'est des entrainements de randonnée à marche soutenue et rythme rapide.
Tous ceux qui le souhaitent peuvent participer.
- Pour les formations en plongée (Baptême; niveau 1; niveau 2 ;niveau 3) prière de contacter Mr TAHA par mail taha1966@hotmail.com .

